

اهمیت استفاده از اسیدفولیک برای بارداری

سالم

23 خرداد 1405

یک متخصص داروسازی بالینی، با تأکید بر اهمیت آمادگی پیش از بارداری، از اسیدفولیک به عنوان یکی از مهم‌ترین مکمل‌های توصیه شده پیش از بارداری نام برد.

دکتر دنا فیروزآبادی، با تأکید بر اهمیت آمادگی پیش از بارداری اظهار کرد: بارداری سالم تنها به دوران پس از مثبت شدن آزمایش بارداری محدود نمی‌شود، بلکه بخش مهمی از سلامت مادر و جنین به مراقبت‌ها و آمادگی‌های پیش از بارداری وابسته است.

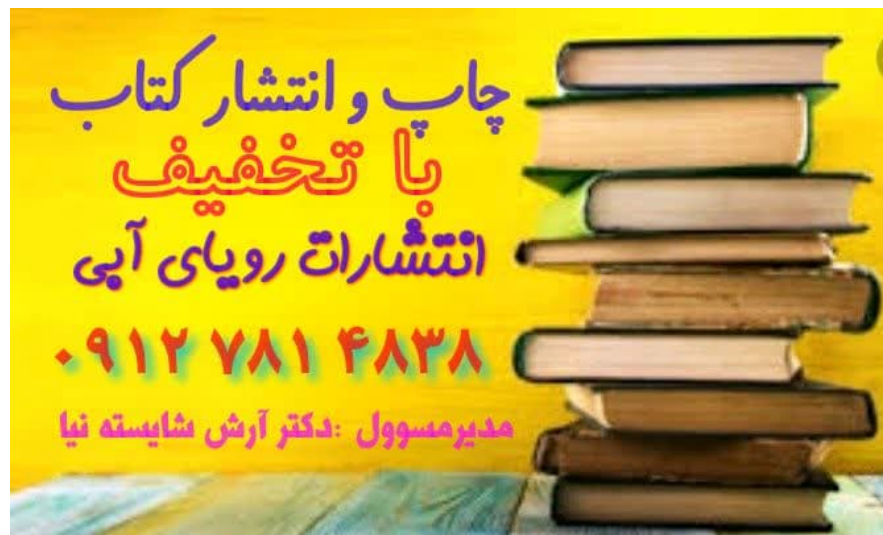
وی افزود: در سال‌های اخیر با افزایش سن ازدواج و به تعویق افتادن فرزندآوری، توجه به وضعیت سلامت، تغذیه و مصرف داروها پیش از بارداری اهمیت بیشتری پیدا کرده است و بررسی وضعیت دارویی و تغذیه‌ای زنان پیش از بارداری می‌تواند در کاهش برخی عوارض بارداری و حمایت از رشد طبیعی جنین مؤثر باشد.

فیروزآبادی با اشاره به نقش اسیدفولیک در سلامت جنین، گفت: اسیدفولیک یکی از مهم‌ترین مکمل‌های توصیه‌شده پیش از بارداری است که در شکل‌گیری طبیعی سیستم عصبی جنین نقش دارد و مصرف کافی آن می‌تواند خطر برخی ناهنجاری‌های مادرزادی لوله عصبی را کاهش دهد. به همین دلیل توصیه می‌شود زنان در سنین باروری، به‌ویژه افرادی که قصد بارداری دارند، مصرف این مکمل را تحت نظر پزشک یا داروساز پیش از بارداری و در ماه‌های ابتدایی آن آغاز کنند.

وی خاطرنشان کرد: علاوه بر اسیدفولیک، بررسی وضعیت آهن، ویتامین D و کلسیم نیز اهمیت دارد، زیرا کمبود این مواد مغذی می‌تواند بر سلامت مادر، روند بارداری و رشد جنین تأثیر بگذارد. با این حال مصرف خودسرانه مکمل‌ها توصیه نمی‌شود، زیرا دریافت بیش از حد برخی ویتامین‌ها و مواد معدنی نیز ممکن است با عوارضی همراه باشد.

فیروزآبادی با تأکید بر ضرورت مدیریت بیماری‌های زمینه‌ای پیش از بارداری اظهار کرد: در افراد مبتلا به بیماری‌هایی مانند دیابت، فشار خون، اختلالات تیروئید، صرع و آسم، آمادگی پیش از بارداری از اهمیت بیشتری برخوردار است. برخی داروها در دوران بارداری نیاز به تغییر نوع، تنظیم دوز یا پایش دقیق‌تر دارند و هرگونه تغییر در روند درمان باید با نظر پزشک انجام شود.

این متخصص داروسازی بالینی ادامه داد: قطع ناگهانی داروها بدون مشورت با پزشک می‌تواند سلامت مادر و جنین را به خطر بیندازد؛ از این رو بررسی داروهای مصرفی پیش از بارداری یکی از ارکان مهم مراقبت‌های دارویی به شمار می‌رود.



انتشارات رویای آبی

وی همچنین نسبت به مصرف فرآورده‌های گیاهی و مکمل‌های تبلیغ‌شده در فضای مجازی هشدار داد و گفت: برخی محصولات با عنوان «تقویت باروری» یا «آمادگی بارداری» عرضه می‌شوند، در حالی که ممکن است فاقد شواهد علمی کافی بوده یا حاوی ترکیبات ناشناخته باشند و با داروهای دیگر تداخل ایجاد کنند؛ بنابراین استفاده از این فرآورده‌ها بدون ارزیابی تخصصی توصیه نمی‌شود.

فیروزآبادی با اشاره به اهمیت واکسیناسیون و ارزیابی سلامت پیش از بارداری افزود: انجام برخی واکسن‌ها و بررسی‌های سلامت پیش از بارداری می‌تواند نیاز به مداخلات درمانی در دوران بارداری را کاهش دهد.

این موضوع به‌ویژه در افرادی که بیماری زمینه‌ای دارند یا بارداری را در سنین بالاتر تجربه می‌کنند، اهمیت بیشتری دارد.

وی در پایان تأکید کرد: آمادگی دارویی و تغذیه‌ای پیش از بارداری، بخش مهمی از مراقبت‌های سلامت مادر و جنین است و مصرف صحیح مکمل‌ها، کنترل بیماری‌های زمینه‌ای و بررسی داروهای مصرفی می‌تواند به کاهش عوارض بارداری و حمایت از رشد سالم جنین کمک کند. آگاهی خانواده‌ها از این اصول، نقش مهمی در ارتقای سلامت نسل آینده دارد.